

## ◇「中信ビジネスフェア2015」への出展による 栄養アセスメント・栄養相談

[はじめに]

毎年10月に京都中央信用金庫主催で地元企業、団体や大学、府、市等の研究機関による大商談会が開催されている。本年度はその第27回目に当たり、当施設としては9回目（栄養クリニック開設前年度から出展）の参加となる。今年は10月14日（水）・15日（木）に京都府総合見本市会館（パルスプラザ）展示会場で開催され、284ブースを使用した異業種間での交流があり、大学関連の参加は16校であった。見学来場者数は一般市民を含む約8,000人であった。栄養クリニックは1ブースを使用し、栄養クリニック長、副栄養クリニック長と指導教員、指導員、クリニックスタッフから各1名、学生ボランティアは食物栄養学科4回生から3名、3回生から3名が参加した。

[参加目的と実施内容]

本ビジネスフェアの見学に来られた一般市民や企業の方々を対象に、栄養クリニックの開設目的やこれまでに実施したさまざまな活動事例をパネル媒体で紹介すると共に、今後予定されている事業紹介を行った（下図左）。また、健康維持や生活習慣病予防の市民への積極的な啓発活動の一環として、骨密度測定、ヘモグロビン測定、握力測定などを無料で実施し、これらの栄養アセスメント体験から各自の健康への関心を深めていただいた（下図右）。希望者には、結果説明や身長と体重の自己申告から体格指数（BMI）や標準体重（IBW）を求め、各自の健康管理に有益な食事と運動についての情報を提示した。また、個人的な栄養相談にも応じた。ボランティアとして参加した学生は将来、病院や福祉施設等の管理栄養士を目指す学生であり、受付、測定の内容説明、測定実施を担当した。



ブース内の掲示物



測定の様子

学生たちには、この体験を通して専門職業人としてのコミュニケーション力を養い、管理栄養士の資質向上に役立てることをねらいとして参加してもらった。

## 〔成 果〕

参加者は10歳代後半から90歳までと幅広く、2日間で約204名を受け付けた。そのうちの多くの方々が詳細な結果説明や栄養相談を受けられた。また、企業商談会のため、参加者の多くが20～60歳代であり、一般市民の参加は高齢者が多かった。毎年、栄養クリニックのコーナーを目的にご来場いただく方もおり、主催者側からも「栄養クリニックさんの人気は高い」とのコメントをいただいている。測定、栄養相談者が多く、待ち時間もあったが、学生、スタッフとも気持ちよく対応することができ、クレームも出ることはなかった。また、握力、ヘモグロビン測定等、検査項目がいくつかあったが、これまでの経験からスムーズに測定を受けていただくことができた。測定値に問題がある方には、生活状況に応じた食事や運動を中心としたアドバイスを行った。初めて骨密度を測定した方も多く、他の検査項目と合わせて自分の健康状態に関心をもち、測定結果をふまえた生活改善のいいきっかけとなった。

中でも毎年多くの高齢者の方々は、いくつになっても自分のことは自分でできるよう健康寿命を延ばしたい、という意識の高さから、多くの健康情報を持ち、積極的に実践されているという実感がある。にもかかわらず、日本人の現状は骨粗鬆症をはじめとする骨、関節疾患が要支援・要介護となる原因の第1位であり、骨・関節疾患に関する正しい知識や、予防の重要性の認識や普及がそれ程、進んでいない。栄養相談で骨密度測定の結果を説明し、骨粗鬆症の疑いのある方に受診勧奨し、早期発見、早期治療の必要性を説明できたことは意義があり、これからの高齢化社会にますます求められる活動である。さらに骨を強くする食事をはじめとする生活習慣の改善点を説明し、栄養クリニック作製の『骨を元気にするレシピ集』を配布したところ、すぐに実践しますと、喜んで持ち帰られた。他にも参加者より次のような感想をいただいた。「普段、疑問に思っていた健康や食事のことを相談できてよかった」「自分の骨量、貧血、体力、栄養状態を知ることができたので、来た甲斐があった」「聞きたいことがやっと聞けて、自分の食生活に自信が持てスッキリした」「これからは骨による生活を心がけたい」「医師には細かいことが聞けないが、具体的な食事の改善点が明確になった」など。

ボランティアとして参加した学生からは、多様な参加者と接することにより、多くの刺激を受け、楽しい貴重な機会になった、との感想があった。さらに、一般の方々が多くの食情報を持っていて驚いた、実際に先生方が栄養指導をされている様子が見れて勉強になった、との声もあった。机上の学びでは学ぶことのできない多くのことを学外に出ることにより実際に体験し、学び、吸収することができたようである。

学生たちは長時間の活動にもかかわらず、終始笑顔で積極的な態度で好感が持てる応対ができていた。これからも栄養クリニックの行事に積極的に参加し、男女問わず幅広い年齢層の方々と接してコミュニケーション力、指導力をみがき、対象者から信頼される管理栄養士となるよう期待している。

(中村智子)